


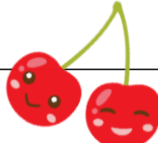
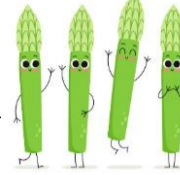


6月献立予定表

3歳以上児

川前保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付						1日
昼食						すき焼き風丼 酢の物 ほうれん草のみそ汁 バナナ
午後おやつ						牛乳 スティックパン
栄養価						I補給:-405 夕バク:21.4 脂質:13.2 食塩相当量:1.9
日付	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	桜エビの卵焼き ほうれん草ナムル さつま芋のみそ汁 オレンジ	ポテト春巻き おかか和え わかめのみそ汁 シューシーオレンジ	カル鉄ハンバーグ トマトサラダ ミルクスープ オレンジ	サワラのパン粉焼き レーズンサラダ 豆乳スープ グレープフルーツ	スペイン風オムレツ レタスのいそべ和え 野菜スープ オレンジ	バターチキンカレー スパゲティサラダ 野菜ジュース バナナ
午後おやつ	アジサイゼリー せんべい	ミルク坦々麺 小魚袋	チーズケーキ りんごジュース	お茶、小魚袋 クラクス	牛乳 五平餅	牛乳 小豆蒸しパン
栄養価	I補給:-284 夕バク:14.9 脂質:8.9 食塩相当量:1.3	I補給:-375 夕バク:18.2 脂質:15.6 食塩相当量:1.9	I補給:-386 夕バク:17.6 脂質:20.7 食塩相当量:0.8	I補給:-355 夕バク:17.8 脂質:13.8 食塩相当量:1.3	I補給:-377 夕バク:17.4 脂質:17.4 食塩相当量:0.9	I補給:-403 夕バク:12.3 脂質:17.5 食塩相当量:1.6
日付	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	肉みそ丼 ビーフンの中華和え 海藻スープ キウイ	洋風かき揚げ 山菜の炒め煮 じゃがいものみそ汁 パイ	麻婆豆腐 大根サラダ 春雨スープ チェリー	はんぺんのマヨネーズ焼き 切干大根の煮物 もやしのみそ汁 シューシーオレンジ	かつおの梅マヨ焼き 金平サラダ のりのみそ汁 キウイ	めかぶ納豆 ゆかり和え 豚汁 バナナ
午後おやつ	牛乳 オニオンブレッド	麦茶 昆布チーズおにぎり	牛乳 野菜クラッカー	牛乳 せんべい	牛乳 小豆抹茶サンド	牛乳 ミニパン
栄養価	I補給:-412 夕バク:20.3 脂質:19.8 食塩相当量:1.5	I補給:-391 夕バク:15.7 脂質:11.1 食塩相当量:1.4	I補給:-392 夕バク:16.9 脂質:21.6 食塩相当量:0.7	I補給:-386 夕バク:16.9 脂質:17.6 食塩相当量:1.7	I補給:-380 夕バク:23.1 脂質:15.2 食塩相当量:1.6	I補給:-376 夕バク:22.6 脂質:15.6 食塩相当量:1.2
日付	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	親子丼 なめたけ和え ふのりのみそ汁 バナナ	ポークチャップ オニオンレタスサラダ あさりのスープ グレープフルーツ	小田巻蒸し 塩昆布和え けんちん汁 オレンジ	鮭とポテトのみそガーリック 人参ドレッシングサラダ 大根のみそ汁 さくらんぼ	ハヤシライス わかめサラダ 牛乳 バナナ	コーンシチュー 海藻サラダ お茶 オレンジ
午後おやつ	牛乳 ごぼうチップス	野菜タンメン チーズ	牛乳 コーンマヨトースト	チーズ フルーツあんみつ	ヨーグルト 源氏パイ	牛乳 カステラ
栄養価	I補給:-366 夕バク:18.9 脂質:16 食塩相当量:1.5	I補給:-340 夕バク:20.1 脂質:14.3 食塩相当量:1.8	I補給:-382 夕バク:19 脂質:16.3 食塩相当量:2.3	I補給:-381 夕バク:15.1 脂質:14.9 食塩相当量:1.3	I補給:-386 夕バク:16.3 脂質:16.3 食塩相当量:1.7	I補給:-364 夕バク:16 脂質:12.4 食塩相当量:0.7
日付	24日	25日【誕生会】	26日	27日	28日	29日
昼食	ゆで豚のポン酢かけ 和風ポテトサラダ 絹さやのみそ汁 プラム	カレーバイキング サラダバー わかめスープ フルーツ盛り合わせ	厚揚げと新じゃがのそぼろあん 切干大根のごまマヨ和え かきたま汁 パイ	高野豆腐のオランダ煮 レモン醤油和え なすのみそ汁 夏みかん	タンドリーチキン シルバーサラダ もやしのスープ プラム	中華丼 水菜のツナ和え オクラのスープ バナナ
午後おやつ	カラフル寒天 せんべい	アイス	ジョア ハニーサンド	ビスケットアイス	牛乳 レタスのボンゴレ	牛乳 まんじゅう
栄養価	I補給:-303 夕バク:11.6 脂質:9.5 食塩相当量:1		I補給:-386 夕バク:18.2 脂質:14.6 食塩相当量:1.6	I補給:-360 夕バク:14.2 脂質:17.7 食塩相当量:1.2	I補給:-446 夕バク:20.4 脂質:21.5 食塩相当量:1.3	I補給:-347 夕バク:17.3 脂質:9.9 食塩相当量:1.2

・25日(火)は、完全給食になります。たんぼぼ、すみれ、ばら組は、主食(ご飯)がいない日です。

今月の栄養価

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	塩分(g)
基準値	375	16	15	1.6
平均値	374	17.6	15.5	1.4